



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA - UniCEUB

FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE – FACES

JÉSSICA CAROLINE DA SILVA BORGES

**ANÁLISE DO NÍVEL DE ESTRESSE EM ÁRBITROS E  
APONTADORES DE VÔLEI DO DISTRITO FEDERAL**

Brasília  
2014

JÉSSICA CAROLINE DA SILVA BORGES

**ANÁLISE DO NÍVEL DE ESTRESSE EM ÁRBITROS E  
APONTADORES DE VÔLEI DO DISTRITO FEDERAL**

Trabalho de conclusão de Curso  
apresentado como requisito parcial à  
obtenção do grau de Bacharelado em  
Educação Física pela Faculdade de  
Ciências da Educação e Saúde Centro  
Universitário de Brasília – UniCEUB.

Orientadora: Prof<sup>a</sup>/Dr<sup>a</sup>. Renata Aparecida Elias Dantas

Brasília  
2014

JÉSSICA CAROLINE DA SILVA BORGES

**ANÁLISE DO NÍVEL DE ESTRESSE EM ÁRBITROS E  
APONTADORES DE VÔLEI DO DISTRITO FEDERAL**

Trabalho de conclusão de Curso  
apresentado como requisito parcial à  
obtenção do grau de Bacharelado em  
Educação Física pela Faculdade de  
Ciências da Educação e Saúde Centro  
Universitário de Brasília – UniCEUB.

Brasília, 18 de novembro de 2014.

**BANCA EXAMINADORA**

  
Orientadora: Prof<sup>a</sup>/Dr<sup>a</sup>. Renata Aparecida Elias Dantas

  
Examinador: Prof.<sup>o</sup>/Me. Darlan Lopes de Farias

  
Examinador: Prof.<sup>o</sup>/Msc. Filipe Dinato de Lima

## RESUMO

**Introdução:** A arbitragem é uma das figuras mais polêmicas envolvidas na competição esportiva, onde os atletas e dirigentes consideram como responsáveis por seus insucessos e fonte de estresse. É primordial que se conheça as causas do estresse no ambiente desportivo, para que se possa diminuir os fatores e as consequências das mesmas no desempenho do árbitro. **Objetivo:** analisar o nível de estresse em árbitros e apontadores de vôlei do Distrito Federal. **Materiais e Métodos:** O instrumento utilizado para coleta de dados foi o questionário: "Teste de Estresse para Árbitros dos Esportes Coletivos com/sem contato" (TEPA) desenvolvido por Silva (2004) que é composto por 69 questões agrupadas de maneira tridimensional. **Resultados e discussão:** Ao avaliar árbitros de vôlei identificou que os aspectos sociais e psicológicos foram identificados como os mais significativos em relação ao desencadeamento do estresse nesses indivíduos, o que interferiu no processo de tomada de decisão dos mesmos. Na comparação entre as dimensões do TEPA nenhuma se sobrepôs as outras em relação à causa do estresse. **Considerações Finais:** Inicialmente os fatores que são geradores potenciais de estresse na arbitragem de Vôlei em ambas as funções são de ordem psicológica e social que se manifestam em dimensões diferentes e que podem afetar nas tomadas de decisões do árbitro.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estresse, Árbitro, Vôlei.

## ABSTRACT

**Introduction:** The arbitration is one of the most controversial figures involved in sports competition, where athletes and officials consider themselves responsible for their failures, and source of stress. It is primordial to know the causes of stress in sports environment, in order to decrease the factors and their consequences on the performance of the referee. **Objective:** analyze the stress level in volleyball referees and trainer the Distrito Federal. **Materials and Methods:** The instrument used for data collection was the questionnaire: "Stress Test for Referees of Team Sports with/without contact" (TEPA) developed by Silva (2004) that consists of 69 questions grouped in three dimensional way. **Results and discussion:** When evaluating referees volleyball identified that the social and psychological aspects were identified as the most significant in relation to the triggering of stress in these individuals, which interfered in the decision making process of themselves. Comparing the dimensions of TEPA no overlapped each other in relation to the cause of stress. **Conclusions:** Initially the factors that are potential generators of stress in arbitration Volleyball, in both functions, are psychological and social order which manifest in different dimensions that can affect the decision making of the referee.

**KEYWORDS:** Stress, Referee, Volleyball.

## 1. INTRODUÇÃO

A Psicologia do Esporte é o estudo científico de pessoas e seus comportamentos que se referem aos fundamentos psicológicos, processos e consequências relacionadas ao esporte e o exercício (BECKER JUNIOR, 2000; GABARDO, 2008; VIEIRA et al., 2010; COZAC, 2012). O mesmo possui a finalidade de investigar e intervir em variáveis (concentração, decisão, comunicação, estresse, motivação e autoconfiança) que estejam ligadas ao ser humano que pratica ou atua em uma modalidade esportiva (CÁRDENAS; PUMARIEGA, 2012).

O estresse é definido como um processo de reação física ou psicológica do organismo, desencadeada por alterações psicofisiológicas que ocorrem quando o indivíduo é obrigado a enfrentar uma situação que provoca irritação, medo, excitação, confusão ou felicidade extrema (SAMULSKI, 2002).

O processo de estresse pode provocar mudanças fisiológicas como: aumento da frequência cardíaca, dilatação das pupilas, sudorese e contração de baço. Os pensamentos desagradáveis, sentimentos de tensão, apreensão e nervosismo, essas alterações podem prejudicar, as tomadas de decisões dos árbitros (SILVA, 2004).

A arbitragem é uma das figuras mais polêmicas envolvidas na competição esportiva, onde os atletas e dirigentes consideram como responsáveis por seus insucessos e fonte de estresse (DE ROSE JUNIOR, 2002).

Essa situação explica-se devido ao potencial conflito de interesses entre dois polos: um que a arbitragem viu e decidiu em função do seu ângulo de observação e o outro que envolve os interessados (atletas, comissão técnica, dirigentes e torcedores) que conseguiram visualizar em seus respectivos locais de observação. Essas diferenças acabam desencadeando uma série de reações estressantes no ambiente esportivo competitivo (SAMULSKI; NOCE; CHAGAS, 2009).

Nas competições, o árbitro sofre pressões e pode ter seu rendimento prejudicado pelas situações de estresse que vivencia antes, durante e após do jogo. Quando o estímulo é caracterizado como ameaçador (aversivo), a reação emocional do árbitro gera estado de estresse (SILVA, 2004).

O Voleibol e o Vôlei de Praia são os esportes mais populares e bem sucedidos no mundo, tanto na sua forma competitiva quanto recreativa.

Caracterizam-se como o esporte dinâmico, de muita potência e deslocamentos rápidos, porém não é contínuo e sim intermitente (FELICISSIMO et al., 2012; CBV, 2012).

Segundo a Comissão Brasileira de Arbitragem de Voleibol (COBRAV) o primeiro árbitro é aquele que dirige a partida do início ao fim. O segundo árbitro é o assistente do primeiro e controla o trabalho do apontador. Já o apontador é aquele que mantém a súmula de acordo com as regras cooperando com o segundo árbitro (COBRAV, 2014).

Por isso, o árbitro dessas modalidades está inserido em um ambiente que envolve tomada de decisões em curtos intervalos de tempo, exigindo eficiência e precisão. Ou seja, interpretar, raciocinar, analisar e emitir o sinal da sua decisão, sem poder rever a ação, e se um destes pontos passar despercebido, o seu julgamento será impreciso (SILVA; RECH, 2008).

Para o perfil do árbitro é necessário ter a essência de representar a justiça e consistência, ou seja, ser justo com todos os participantes e visto como justo pelos espectadores. Obviamente requer muita credibilidade para proporcionar aos jogadores fazendo com eles façam o mesmo para entreter o público (CBV, 2012).

Atualmente, não há competição desportiva oficial que dispense uma equipe de arbitragem. É ela que possui a grande responsabilidade em respeitar as regras do jogo e que oficializa os resultados. São hierarquicamente posicionados acima dos competidores. Os árbitros de voleibol e vôlei de praia se expõem diante de todos os outros intervenientes do ato desportivo e são constantemente alvos de críticas (GUTIÉRREZ; VOSER, 2012).

É primordial que se conheça as causas do estresse no ambiente desportivo, para que se possa diminuir os fatores e as consequências das mesmas no desempenho do árbitro (DE ROSE JUNIOR; PEREIRA; LEMOS, 2002).

Portanto as respostas ao nível cognitivo do árbitro podem ser fator decisivo para desenvolver a melhora na sua atuação e o processo de formação de novos árbitros de Voleibol e Vôlei de Praia, que propiciará reações mais rápidas e precisas, sem sofrer pressões que presenciam antes, durante e depois do jogo (SAMULSKI; SILVA, 2009).

Permeados por este panorama, o objetivo deste estudo foi analisar o nível de estresse em árbitros e apontadores de vôlei do Distrito Federal.

## **2. MATERIAIS E MÉTODOS**

Esse estudo é caracterizado como transversal de cunho analítico e descritivo. Foi desenvolvido com objetivos e com tratamento estatístico das respostas (quantitativas), devido às questões de abrangência valorativas e avaliativas.

Esse estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB, sob CAAE: 34865214.1.0000.0023, parecer: 792.341.

### **2.1 AMOSTRA**

Participaram voluntariamente 41 árbitros e apontadores registrados na Federação de Vôlei do Distrito Federal – FVDF. Sendo que deste total 22 voluntários eram do sexo masculino (53,7%) e 19 do feminino (46,3%). Em relação às modalidades, todos atuam no Voleibol e Vôlei de Praia. A média de idade da amostra é de  $37,5 \pm 9,0$  anos.

### **2.2 MÉTODOS**

O instrumento utilizado para coleta de dados foi o questionário: “Teste de Estresse para Árbitros dos Esportes Coletivos com/sem contato” (TEPA) desenvolvido por Silva (2004) que é composto por 69 questões agrupadas de maneira tridimensional que compreende:

- Estresse Biológico (Questões: 08, 09, 10, 39);
- Estresse Social (Questões: 01, 02, 03, 04, 06, 07, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 22, 27, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 58, 60, 67, 69);

- Estresse Psicológico (Questões: 19, 20, 23, 24, 25, 26, 28, 29, 30, 31, 32, 46, 47, 48, 55, 56, 57, 59, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 68).

Cada uma das questões é avaliada em uma escala do tipo *Likert* onde (0) Nada – 0%, (1) Pouquíssimo – 25%, (2) Pouco – 50%, (3) Muito – 75%, (4) Demais – 100%.

Esse estudo contou com o apoio da Federação de Vôlei do Distrito Federal – FVDF que disponibilizou e assinou os Termos de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e de Aceite Institucional. Para coleta de dados houve o período de tempo em reunião realizada com os árbitros e online via SurveyMonkey para os árbitros e apontadores que não puderam presenciar à reunião devida as escalas e competições.

A análise de dados foi composta por Estatística Descritiva (média, desvio padrão e percentagem) e inferencial (Teste *Wilcoxon*). Os dados foram tabulados e analisados no software SPSS for Windows Versão 17.0.

### 3. RESULTADOS

Em relação aos dados demográficos, observa-se na Tabela 1 a caracterização da amostra (Sexo, Idade, Escolaridade, Tempo de Arbitragem e Função) dos Árbitros e Apontadores.

Nota-se que 53,7% é do sexo masculino e 46,3% é sexo feminino.

Observa-se continuamente a Idade dos Árbitros e Apontadores, onde, 20 a 29 anos tem o percentual de 22%, de 30 a 39 anos – 29,3%, de 40 a 49 anos – 41,5% e de 50 anos ou mais – 7,3%.

Os Árbitros e Apontadores possuem o grau de escolaridade assim distribuído: 24,4% superior incompleto, 68,3% superior completo, 4,9% mestrado e 2,4% doutorado.

A média do tempo e experiência de arbitragem dos árbitros e apontadores é de 8 anos  $\pm$  6,9. Encontram-se, 0 a 5 anos o percentual de 46,3%, 6 a 10 anos – 14,6%, 11 a 15 anos – 24,4% e mais de 15 anos – 14,6%.

Em ambas as modalidades, as funções são subdivididas: Árbitro e Apontador, onde, 53,7% são árbitros do sexo masculino e 0% apontador, 14,6% são árbitras do sexo feminino e 31,7% são apontadoras.



**Tabela 1** – Dados de frequência e percentual de manifestação das características amostrais em relação ao Sexo, Idade, Escolaridade, Tempo de Arbitragem e Função

SEXO		MASCULINO		FEMININO	
N		22		19	
%		53,7%		46,3%	
IDADE		20 a 29 anos	30 a 39 Anos	40 a 49 anos	50 anos ou mais
N		9	12	17	3
%		22%	29,3%	41,5%	7,3%
ESCOLARIDADE		Superior Incompleto	Superior Completo	Mestre	Doutor
N		10	28	2	1
%		24,4%	68,3%	4,9%	2,4%
MD: 75,6%					
TEMPO DE ARBITRAGEM		0 a 5 Anos	6 a 10 Anos	11 a 15 anos	Mais de 15 anos
N		19	6	10	6
%		46,3%	14,6%	24,4%	14,6%
MD: 8,8 ± 6,9					
FUNÇÃO		ÁRBITRO(A)		APONTADOR(A)	
Masculino	N	22		0	
	%	53,7%		0%	
Feminino	N	6		13	
	%	14,6%		31,7%	

Fonte: elaborado pelo autor. N= número amostral; %= percentual.

Na Tabela 2 encontram-se dados demográficos de categorias de ambas as funções no Voleibol. Resultou-se que nenhum dos árbitros atuam como estagiários nessa modalidade, porém, 36,5% atuam em competições de nível Regional, 19,6% Aspirante à Nacional, 7,4% Nacional e 2,4% Internacional. Já outra função, 4,9% são apontadoras estagiárias, 12,1% atuam em competições de nível Regional, 4,9% Aspirante à Nacional, 9,8% Nacional e 0% Internacional.

**Tabela 2** – Dados de frequência e percentual de manifestação das características amostrais em relação às Categorias no Voleibol (Continua, p.10)

VOLEIBOL		Estagiário(a)	Regional	Aspirante à Nacional	Nacional	Internacional
ÁRBITRO	N	0	13	8	3	1
	%	0%	36,5%	19,6%	7,4%	2,4%

Fonte: elaborado pelo autor. N= número amostral; %= percentual.

**Tabela 2** – Dados de frequência e percentual de manifestação das características amostrais em relação às Categorias no Voleibol (Continuação, p.9)

APONTADOR	N	2	5	2	4	0
	%	4,9%	12,1%	4,9%	9,8%	0%

Apenas 2,4% (N=1) dos árbitros não atuam na modalidade de voleibol.

Fonte: elaborado pelo autor. N= número amostral; %= percentual.

Na Tabela 3 encontram-se dados demográficos de categorias de ambas as funções no Vôlei de Praia. Resultou-se que nenhum dos árbitros atuam como estagiários nessa modalidade, porém, 41,5% atuam em competições de nível Regional, 9,8% Aspirante à Nacional, 4,9% Nacional e 0% Internacional. Já outra função, 4,9% são apontadoras estagiárias, 12,1% atuam em competições de nível Regional, 4,9% Aspirante à Nacional, 9,8% Nacional e 0% Internacional.

**Tabela 3** – Dados de frequência e percentual de manifestação das características amostrais em relação às Funções e Categorias no Voleibol

VÔLEI DE PRAIA		Estagiário(a)	Regional	Aspirante à Nacional	Nacional	Internacional
ÁRBITRO	N	0	17	4	2	0
	%	0%	41,5%	9,8%	4,9%	0%
APONTADOR	N	2	5	2	4	0
	%	4,9%	12,1%	4,9%	9,8%	0%

Apenas 12,1% (N=5) dos árbitros não atuam na modalidade de vôlei de praia.

Fonte: elaborado pelo autor. N= número amostral; %= percentual.

Encontram-se na Tabela 4 os principais resultados das questões do TEPA que geram mais estresse em árbitros e apontadores de ambas as categorias antes, durante e após o jogo. Destaca-se as questões Q46, Q35, Q32 e Q33 (Dimensão Psicológica) e Q6 e Q23 (Dimensão Social) com valores médios superiores nas respostas.

**Tabela 4** – Valores médios, dimensões, média e desvio padrão dos itens com valores superiores do TEPA (Continua, p.11)

QUESTIONÁRIO TEPA	DIMENSÃO	MÉDIA ± DP
Q46 – Chegar tarde ou atrasado no local do jogo	Psicológico	2,73 ± (1,25)
Q35 - Errar seguidamente	Psicológico	2,68 ± (1,15)

Fonte: elaborado pelo autor. N= número amostral; %= percentual.

**Tabela 4** – Valores médios, dimensões, média e desvio padrão dos itens com valores superiores do TEPA (Continuação, p.10)

<b>Q32</b> – Errar nos últimos minutos decisivos	Psicológico	2,56 ± (1,07)
<b>Q33</b> – Errar em situações claras	Psicológico	2,49 ± (1,10)
<b>Q6</b> – Competição desorganizada	Social	2,46 ± (1,21)
<b>Q23</b> – Trânsito e engarrafamento	Social	2,46 ± (1,16)

Fonte: elaborado pelo autor. N= número amostral; %= percentual.

Na Tabela 5 encontram-se os resultados da análise do componente tridimensional do estresse, onde as questões do TEPA foram agrupadas nas três dimensões. Nota-se que as dimensões psicológica e social apresentaram valores médios superiores ao biológico, indicando uma baixa percepção desses árbitros de vôlei aos fatores estressantes propostos pelo instrumento.

**Tabela 5** – Análise por dimensões do TEPA

<b>DIMENSÕES</b>	<b>MÉDIA ± DP</b>
Dimensão Psicológica	1,7 ± (0,79)
Dimensão Social	1,7 ± (0,67)
Dimensão Biológica	1,58 ± (0,86)

Fonte: elaborado pelo autor. N= número amostral; %= percentual.

A Tabela 6 mostra o resultado estatístico das comparações entre as dimensões (Social – Biológica; Psicológica – Biológica; Social – Psicológica). Porém o Teste de *Wilcoxon* encontrou os valores maiores que  $p < 0,05$ , onde nesta amostra avaliada não existe a predominância de uma dimensão do estresse sobre a outra.

**Tabela 6** – Comparação entre dimensões do TEPA (Continua, p.12)

<b>ESTATÍSTICA</b>	<b>SOCIAL – BIOLÓGICA</b>	<b>PSICOLÓGICA – BIOLÓGICA</b>	<b>PSICOLÓGICA – SOCIAL</b>
<b>Z</b>	-,039	-1,361	-1,224

Fonte: elaborado pelo autor.

**Tabela 6** – Comparação entre dimensões do TEPA. (Continuação, p.11)

P – valor	0,969	0,174	0,221
-----------	-------	-------	-------

Fonte: elaborado pelo autor. Teste de Wilcoxon, \*p<0,05.

#### 4. DISCUSSÃO

Em relação aos dados demográficos deste estudo, constatou-se que a grande maioria dos árbitros atuam em competições de nível Regional no voleibol com total de 36,5% e no vôlei de praia o resultado é superiores ao estudo de Ferreira et al. (2009) onde 40% dos árbitros de Voleibol e Basquetebol atuam a nível Regional.

A predominância do nível de escolaridade dos árbitros e apontadores de vôlei foi 75,6% do superior completo juntamente com o mestrado e doutorado. Segundo o estudo de Silva (2004) a qualificação educacional da arbitragem tem aumentado devido às exigências adotadas pela federação da modalidade para que os árbitros e apontadores busquem preparação, atuem na formação e avancem para próxima categoria.

Observou-se ainda que o tempo médio de arbitragem deste estudo é de 8,8 ± 6,9 anos, resultados semelhantes aos encontrados no estudo de Samulski e Silva (2009), onde o árbitro é formado pela sua experiência adquirida na prática. O fato dos árbitros estarem com o tempo de experiência muito alto 8,73 ± 5,53 anos e atuarem em diversos níveis e categorias (regional à internacional) é considerado um item que pode favorecer a capacidade controlar o estresse.

Em relação às funções (Tabela 1) pode-se observar que na Federação de Vôlei do Distrito Federal, nenhum árbitro do sexo masculino atua e exerce a função de apontador devido à opção de escolha da função e parâmetros culturais. E apenas 31,7% dos apontadores do sexo feminino atuam na função.

É possível observar na Tabela 2, que na modalidade de Voleibol os árbitros e apontadores possuem mais oportunidades em atuar nas funções devido à grande quantidade de campeonatos locais e espaço para realização do jogo. Já o Vôlei de Praia os árbitros e apontadores possuem menos oportunidades em atuar nas

funções devido a pouca quantidade de campeonatos locais, regionais, nacionais e internacionais por outros estados do Brasil, por exemplo, Rio de Janeiro que o local referencial para realização de grandes eventos esportivos.

Os principais resultados encontrados do TEPA que geram estresse nos árbitros e apontadores foram Q46 “Chegar tarde ou atrasado no local do jogo”, Q32 “Errar nos últimos minutos decisivos”, Q33 “Errar em situações claras”, Q35 “Errar seguidamente” (Dimensão Psicológica) e Q6 “Competição desorganizada”, Q23 “Trânsito e engarrafamento” (Dimensão Social). Nos estudos Ferreira et al. (2009) e de Silva et al. (2010) também foram destacados a Q45 “Chegar tarde ou atrasado no local do jogo” e Q32 (Errar nos últimos minutos decisivos) sendo considerados os fatores mais elevados de percepção de estresse do grupo (Árbitros e Apontadores).

Já no estudo de Costa et al (2010) os árbitros de vôlei identificaram que na modalidade, a principal fonte que causa o estresse é “cometer os erros consecutivos”, corroborando com este estudo, a Q35 (Errar seguidamente) considerando um dos valores mais altos do TEPA.

De acordo com o estudo de Lane et al. (2006) pode-se observar que na tabela 5 que ao avaliar árbitros de vôlei identificou que os aspectos sociais e psicológicos foram identificados como os mais significativos em relação ao desencadeamento do estresse nesses indivíduos, o que interferiu no processo de tomada de decisão dos mesmos.

Na comparação entre as dimensões do TEPA nenhuma se sobrepôs as outras em relação à causa do estresse, segundo Samulski e Silva (2009) e Samulski, Noce e Chagas (2009), o estresse é presente na interação do homem com o seu ambiente, onde, a interação está relacionada ao contexto competitivo acrescido dos fatores aos quais todos os indivíduos estão submetidos no seu dia a dia que são suficientes para gerar uma reação de estresse.

Houve limitação do estudo em relação à dimensão biológica devido a pouca quantidade de questões e ao mesmo tempo não foi possível realizar testes de protocolos de biologia molecular devido às escalas de árbitros

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos resultados encontrados neste estudo, inicialmente os fatores que são geradores potenciais de estresse na arbitragem de Vôlei em ambas as funções são de ordem psicológica e social que se manifestam em dimensões diferentes e que podem afetar nas tomadas de decisões do árbitro.

As adaptações e experiências devem estar presentes em situações variáveis de jogos para que o árbitro exerça as funções de forma positiva garantindo a segurança em si mesmo e adequando ao controle emocional.

Sugere-se a atenção dos responsáveis pela organização e coordenação da arbitragem a busca e reforço dos cursos de formação de árbitros relacionados à psicologia do esporte, utilizando abordagens, estratégias e técnicas de controle de estresse para desenvolver o melhor nível de atenção e concentração evitando erros constantes e tomadas de decisões em quadra.

## 6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BECKER JUNIOR, B. **Manual de Psicologia do Esporte e Exercício**. Porto Alegre: Novaprova, 2000.

CÁRDENAS, R. N. PUMARIEGA, Y. N. A preparação psicológica da arbitragem no esporte de alto rendimento. **Revista Digital EFDeportes**, Buenos Aires, ano 17, n.172, sep. 2012. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd172/a-preparacao-psicologica-da-arbitragem.htm>> Acesso em: 11 nov. 2014.

CBV. *Regras Oficiais do Voleibol 2013-2016*. 2012. Disponível em: <<http://www.cbv.com.br/v1/cobrav/arquivos/REGRAS%20DE%20V%3%94LEI%20NDOOR%202013-2016%20-%20REVISADA.pdf>> Acesso em: 11 nov. 2014.

COBRAV. *Guia de Arbitragem 2014*. 2014. Disponível em: <[http://www.cbv.com.br/v1/cobrav/arquivos/guia\\_de\\_arbitragem2014.pdf](http://www.cbv.com.br/v1/cobrav/arquivos/guia_de_arbitragem2014.pdf)> Acesso em: 11 nov. 2014.

COSTA et al. Análise estresse psíquico em árbitros de futebol. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, São Paulo, v.3, n.2, p.02-16, jul./dez. 2010.

COZAC, J. R. *A psicologia do esporte: uma atualização teórica*. 2012. Disponível em:  
<[http://www.ceppe.com.br/index.php?option=com\\_content&view=article&id=44&Itemid=58](http://www.ceppe.com.br/index.php?option=com_content&view=article&id=44&Itemid=58)> Acesso em: 11 nov. 2014.

DE ROSE JUNIOR, D. A competição como fonte de estresse no esporte. **Revista Brasileira de Ciências e Movimento**, Brasília, v.10, n.4, p.19-26, out. 2002.

DE ROSE JUNIOR, D.; PEREIRA, F. P.; LEMOS, R. F. Situações específicas de jogo causadoras de “stress” em oficiais de basquetebol. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v.16, n.2, p.160-173, jul./dez. 2002.

FELICISSIMO et al. Respostas neuromusculares dos membros inferiores durante protocolo intermitente de saltos verticais em voleibolistas. **Revista Motriz**, Rio Claro, v.18, n.1, p.153-164, jan./mar. 2012.

FERREIRA et al. Análise do estresse em árbitros de futsal. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v.8, n.1, p.43-48, fev./mar. 2009.

GABARDO, A. L. Fatores de estresse em equipe da arbitragem da federação paranaense de basketball. **Revista Eletrônica de Educação Física**, 2008. Disponível em:< [http://www.uniandrade.br/pdf/edfisica/2008/andre\\_luiz\\_gabardo.pdf](http://www.uniandrade.br/pdf/edfisica/2008/andre_luiz_gabardo.pdf)> Acesso em: 12 nov. 2014.

GUTIÉRREZ, P. J.; VOSER, R. da C. A carreira do árbitro de futebol: perspectivas atuais e a profissionalização. **Revista Digital EFDeportes**, Buenos Aires, ano. 17, n.113, oct. 2012. Disponível em: < <http://www.efdeportes.com/efd173/a-carreira-de-arbitro-de-futebol-e-profissionalizacao.htm>> Acesso em: 11 nov. 2014.

LANE et al. Soccer referee decision-making: “shall I blow the whistle?”. **Journal of Sports Science and Medicine**, v.5, n.2, p.243-253, 2006.

SAMULSKI, D. M. **Psicologia do Esporte**. 1ed. Barueri: Manole, 2002.

SAMULSKI, D. M.; NOCE, F.; CHAGAS, M. H. Estresse. In: SAMULSKI, D. M. **Psicologia do Esporte: conceitos e novas perspectivas**. 2ed. São Paulo: Manole, 2009. p.231-264.

SAMULSKI, D. M.; SILVA, S. A. Psicologia aplicada à arbitragem. In: SAMULSKI, D. M. **Psicologia do esporte: conceitos e novas perspectivas**. 2ed. São Paulo: Manole, 2009. p.461-486.

SILVA, A. I.; RECH, C. R. Somatótipo e composição corporal de árbitros e árbitros assistentes da CBF. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desenvolvimento Humano**, Florianópolis, v.10, n.2, p.143-148, jul./out. 2008.

SILVA, et al. Análise do estresse psíquico em árbitros de voleibol e basquetebol federados de Minas Gerais. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v.9, n.2, p.53-58 2010.

SILVA, S. A. **Construção e validação de um instrumento para medir o nível de estresse dos árbitros dos jogos esportivos coletivos**. 2004. Tese (Mestrado em Educação Física) – Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2004.

VIEIRA et al. Psicologia do esporte: uma área emergente da psicologia. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v.15, n.2, p.391-399, abr./jun. 2010.



## ANEXO I

### QUESTIONÁRIO TEPA: TESTE DE ESTRESSE PSÍQUICO DOS ÁRBITROS DOS JOGOS ESPORTIVOS COLETIVOS COM/SEM CONTATO

Nome (opcional) - \_\_\_\_\_

Modalidade - \_\_\_\_\_ Idade - \_\_\_\_\_

Profissão - \_\_\_\_\_ Sexo - ☐ Masculino ☐ Feminino

Escolaridade:

- ☐ Ensino Médio - 2º grau
- ☐ Ensino Superior Incompleto
- ☐ Ensino Superior Completo
- ☐ Mestrando/Mestre
- ☐ Doutorando/Doutor
- ☐ PhD

Experiência – Atuação:

- ☐ Estagiário
- ☐ Regional
- ☐ Aspirante à Nacional
- ☐ Nacional
- ☐ Internacional

Tempo de arbitragem - \_\_\_\_\_

Quanto os seguintes itens/ situações abaixo provocam estresse em você. Marque com o X a coluna que mais representa o **quanto** de estresse você percebe em cada uma dos itens/ situações.

0 – Nada – 0%

1 – Pouquíssimo - 25%

2 – Pouco – 50%

3 – Muito – 75%

4 – Demais – 100%

Itens/Situações	0	1	2	3	4
01- locais com falta de segurança					
02- quadras/ Campos com condições inadequadas					
03- falta de vestiário					
04- locais de difícil acesso					
05- falta de segurança para chegar e principalmente voltar para casa					
06- competição desorganizada					
07- locais desconhecidos					
08- não se encontrar preparado fisicamente para o jogo					
09- não ter alimentado adequadamente					
10- estar cansado					
11- não ter dormido bem na noite antes do jogo					
12- problemas familiares					
13- problemas financeiros					
14- expectativa da próxima escala					
15- expectativa se vai ter escala					
16- expectativa/ ansiedade para chegar o jogo					

17- expectativa/ ansiedade para saber sobre o jogo (importância, nível, tabela, quais equipes).					
18- não saber com quem vai apitar					
19- saber que vai apitar com um colega de categoria mais alta (muita experiência) ou mais baixa (menos experiência)					
20- alteração de algo já combinado, marcado.					
21- ter consciência após o jogo do erro que cometeu					
22- não encontrar respaldo, justificativa para um lance apitado					
23- trânsito/ engarrafamento					
24- escalas de última hora					
25- erro do colega de arbitragem (dupla, assistente ou árbitro central).					
26- delegado que não cumpri suas tarefas					
27- jogos importantes/ decisivos					
28- aplicar a mais alta punição direta					
29- errar na progressão da escala de punição					
30- exigências profissionais					
31- errar no início da partida					
32- errar nos últimos minutos decisivos					
33- errar em situações claras					
34- situações de atitudes antidesportivas graves ou violentas de atletas no jogo					
35- errar seguidamente					
36- fazer relatório					
37- falta de respeito às regras sociais					
38- atraso do transporte da organização					
39- não receber o pagamento pelo jogo					
40- organizar-se com trabalho para cumprir escalas de viagens de vários dias e ou distantes					
41- não ter o material e uniforme organizado					
42- estar mal fisicamente					
43- atraso do colega de arbitragem					
44- atraso das equipes para iniciar da partida					
45- o delegado despreparado ou novato					
46- chegar tarde ou atrasado no local do jogo					
47- falta de responsabilidade do colega e outras pessoas					
48- não ter reconhecimento e/ ou valorização					
49- ter que viajar					
50- não cumprimento do regulamento/ regras/ normas por outras pessoas					
51- ter que esperar por alguém					
52- não poder cumprir uma escala					
53- instruções ou comentários de colegas de arbitragem durante o intervalo/jogo					

54- ter contato com integrantes das equipes entre um jogo e outro, ou, antes do jogo.					
55- comentários de quem não sabe as regras do jogo					
56- reclamações de técnicos, dirigentes ou treinadores.					
57- jogos de equipes com jogadores e treinadores chatos, indisciplinados.					
58- atuar/ ser escalado com colega de arbitragem com quem não tem afinidade/dificuldade de relacionamento					
59- apitar jogos de equipes que geraram conflitos anteriores					
60- conflitos com as equipes por não aceitação do que se apitou					
61- cobranças dos treinadores, técnicos ou dirigentes.					
62- violência na arquibancada					
63- apitar jogos da mesma equipe seguidamente					
64- assédio inconvenientemente da imprensa					
65- presença do coordenador/ diretor de arbitragem					
66- jogos com atletas de alto nível (estrelas)					
67- jogos muito parados					
68- jogos com ritmo lento no 1º tempo e rápido no 2º tempo.					
69- jogos com baixo nível técnico/ tático das equipes					

## ANEXO II

## TERMO DE ACEITE INSTITUCIONAL

Brasília-DF, 18 de agosto de 2014

Prezada Profa. Marília de Queiroz Dias Jácome  
Coordenadora do Comitê de Ética em Pesquisa do UniCEUB

O Presidente da Federação de Vôlei do Distrito Federal, Sérgio Faria Lemos da Fonseca Junior vem por meio deste informar que está ciente e de acordo com a realização nesta instituição da pesquisa intitulada "*Análise do Estresse em Árbitros de Vôlei do Distrito Federal*", sob a responsabilidade da pesquisadora Jéssica Caroline da Silva Borges, a ser realizada no período de 01 a 30 de setembro de 2014.

O pesquisador responsável declara estar ciente das normas que envolvem as pesquisas com seres humanos, em especial a Resolução CNS nº 466/12 e que a parte referente à coleta de dados somente será iniciada após a aprovação da pesquisa por este Comitê e da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), se também houver necessidade.

  
Nome e carimbo com o cargo do representante da instituição onde será realizada a pesquisa



## ANEXO III

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO - TCLE

**“Análise do Estresse em Árbitros de Vôlei do Distrito Federal”**  
**Instituição dos(as) pesquisadores(as): Centro Universitário de Brasília - UniCEUB**

**Pesquisador(a) responsável: Renata Aparecida Elias Dantas**  
**Pesquisador(a) assistente: Jéssica Caroline da Silva Borges**

Você está sendo convidado(a) a participar do projeto de pesquisa acima citado. O documento abaixo contém todas as informações necessárias sobre a pesquisa que estamos fazendo. Sua colaboração neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não causará nenhum prejuízo.

O nome deste documento que você está lendo é Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Antes de decidir se deseja participar (de livre e espontânea vontade) você deverá ler e compreender todo o conteúdo. Ao final, caso decida participar, você será solicitado a assiná-lo e receberá uma cópia do mesmo.

Antes de assinar faça perguntas sobre tudo o que não tiver entendido bem. A equipe deste estudo responderá às suas perguntas a qualquer momento (antes, durante e após o estudo).

#### **Natureza e objetivos do estudo**

- O objetivo específico deste estudo é aplicar o questionário TEPA (Teste de Estresse para Árbitros dos Jogos Esportivos Coletivos com contato), analisar o nível de estresse em árbitros, identificar condições e fatores que podem causar reações de estresse;
- Você está sendo convidado a participar exatamente por Jéssica Caroline da Silva Borges

#### **Procedimentos do estudo**

- Sua participação consiste em estar presente no encontro da aplicação do questionário.
- O procedimento é responder as 69 questões do TEPA.
- Não haverá nenhuma outra forma de envolvimento ou comprometimento neste estudo.
- Em caso de gravação, filmagem, fotos, explicitar a realização desses procedimentos.
- A pesquisa será realizada nos Encontros Técnicos da Arbitragem solicitada pela Federação de Vôlei do Distrito Federal.

#### **Riscos e benefícios**

- Este estudo possui este estudo possui o risco de não atingir a quantidade de árbitros esperados devido aos critérios de interrupção da pesquisa que são inerentes do procedimento de aplicação do questionário.
- Medidas preventivas durante a aplicação do questionário serão tomadas para minimizar qualquer risco ou incômodo.
- Caso esse procedimento possa gerar algum tipo de constrangimento você não precisa realizá-lo.
- Sua participação poderá ajudar no maior conhecimento sobre Psicologia aplicada à Arbitragem.

#### **Participação, recusa e direito de se retirar do estudo**

- Sua participação é voluntária. Você não terá nenhum prejuízo se não quiser participar.
- Você poderá se retirar desta pesquisa a qualquer momento, bastando para isso entrar em contato com um dos pesquisadores responsáveis.
- Conforme previsto pelas normas brasileiras de pesquisa com a participação de seres humanos você não receberá nenhum tipo de compensação financeira pela sua participação neste estudo.

### Confidencialidade

- Seus dados serão manuseados somente pelos pesquisadores e não será permitido o acesso a outras pessoas.
- O material com as suas informações (fitas, entrevistas etc) ficará guardado sob a responsabilidade do(a): Jéssica Caroline da Silva Borges com a garantia de manutenção do sigilo e confidencialidade. Os dados e instrumentos utilizados ficarão arquivados com o(a) pesquisador(a) responsável por um período de 5 anos, e após esse tempo serão destruídos.
- Os resultados deste trabalho poderão ser apresentados em encontros ou revistas científicas, entretanto, ele mostrará apenas os resultados obtidos como um todo, sem revelar seu nome, instituição a qual pertence ou qualquer informação que esteja relacionada com sua privacidade.

Se houver alguma consideração ou dúvida referente aos aspectos éticos da pesquisa, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília – CEP/UniCEUB, que aprovou esta pesquisa, pelo telefone 3966.1511 ou pelo e-mail [cep.uniceub@uniceub.br](mailto:cep.uniceub@uniceub.br). Também entre em contato para informar ocorrências irregulares ou danosas durante a sua participação no estudo.

Eu, \_\_\_\_\_ RG \_\_\_\_\_, após receber uma explicação completa dos objetivos do estudo e dos procedimentos envolvidos concordo voluntariamente em fazer parte deste estudo.

Este Termo de Consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo pesquisador responsável, e a outra será fornecida ao senhor(a).

Brasília, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_.

\_\_\_\_\_  
Participante

\_\_\_\_\_  
Renata A. Elias Dantas, celular 8173-7735

\_\_\_\_\_  
Jéssica Caroline da Silva Borges, celular 9825-8668

### Endereço dos(as) responsável(eis) pela pesquisa (OBRIGATÓRIO):

Instituição: Centro Universitário de Brasília - UniCEUB

Endereço: SEPN 707/907 - Campus do UniCEUB

Bloco: /Nº: /Complemento: Bloco 9 – Faculdade de Ciências e Educação

Bairro: /CEP/Cidade: Asa Norte - Brasília - DF - CEP 70790-075

Telefones p/contato: (61) 3966-1200

### Endereço do(a) participante-voluntário(a)

Domicílio: (rua, praça, conjunto):

Bloco: /Nº: /Complemento:

Bairro: /CEP/Cidade: /Telefone:

Ponto de referência:

## ANEXO IV



MINISTÉRIO DA SAÚDE - Conselho Nacional de Saúde - Comissão Nacional de Ética em Pesquisa - CONEP

## FOLHA DE ROSTO PARA PESQUISA ENVOLVENDO SERES HUMANOS

1. Projeto de Pesquisa: ANÁLISE DO ESTRESSE EM ÁRBITROS DE VÔLEI DO DISTRITO FEDERAL		2. Número de Participantes da Pesquisa: 40	
3. Área Temática:			
4. Área do Conhecimento: Psicologia do esporte			
<b>PESQUISADOR RESPONSÁVEL</b>			
5. Nome: Renata Aparecida Elias Dantas			
6. CPF: 573.203.221-53		7. Endereço (Rua, n.º): QE 26 CONJUNTO L GUARA II casa 01 GUARA DISTRITO FEDERAL 71060121	
8. Nacionalidade: BRASILEIRO	9. Telefone: (61) 8173-7735	10. Outro Telefone:	11. Email: profrenataelias@yahoo.com.br
12. Cargo:			
<p>Termo de Compromisso: Declaro que conheço e cumprirei os requisitos da Resolução CNS 466/12 e suas complementares. Comprometo-me a utilizar os materiais e dados coletados exclusivamente para os fins previstos no protocolo e a publicar os resultados sejam eles favoráveis ou não. Aceito as responsabilidades pela condução científica do projeto acima. Tenho ciência que essa folha será anexada ao projeto devidamente assinada por todos os responsáveis e fará parte integrante da documentação do mesmo.</p>			
Data: 14, 08, 14		 Assinatura	
<b>INSTITUIÇÃO PROPONENTE</b>			
13. Nome: Centro Universitário de Brasília - UNICEUB		14. CNPJ: 00.059.857/0001-87	15. Unidade/Orgão:
16. Telefone: (61) 3966-1200		17. Outro Telefone:	
<p>Termo de Compromisso (do responsável pela instituição): Declaro que conheço e cumprirei os requisitos da Resolução CNS 466/12 e suas Complementares e como esta instituição tem condições para o desenvolvimento deste projeto, autorizo sua execução.</p>			
Responsável: Marcelo G. Boia Nascimento CPF: 400 063 361-91			
Cargo/Função: Coord. Ed. Física			
Data: 14, 08, 14		 Assinatura	
<b>PATROCINADOR PRINCIPAL</b>			
Não se aplica.			

## ANEXO V

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE  
BRASÍLIA - UNICEUB



**PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP**

**DADOS DO PROJETO DE PESQUISA**

**Título da Pesquisa:** ANÁLISE DO ESTRESSE EM ÁRBITROS DE VÔLEI DO DISTRITO FEDERAL

**Pesquisador:** Renata Aparecida Elias Dantas

**Área Temática:**

**Versão:** 1

**CAAE:** 34865214.1.0000.0023

**Instituição Proponente:** Centro Universitário de Brasília - UNICEUB

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

**DADOS DO PARECER**

**Número do Parecer:** 792.341

**Data da Relatoria:** 05/09/2014

**Apresentação do Projeto:**

Esse estudo pretende analisar o nível de estresse dos 40 árbitros de vôlei federados do Distrito Federal, de ambos os sexos e categorias (Estagiário, Regional, Aspirante à Nacional, Nacional e Internacional) por meio do Questionário TEPA (Teste de Estresse para Árbitros dos Jogos Esportivos Coletivos com contato) desenvolvido por Siomara Aparecida da Silva (2004), com 69 questões fechadas para coletas de dados. Após a coleta dos resultados, será utilizado um tratamento estatístico quantitativo utilizando o pacote estatístico SPSS 17.0. Os mesmos serão apresentados em forma de gráficos e tabelas, possibilitando análises e comparações entre os resultados e conclusões sobre o tema.

Pesquisa de baixo custo e a mesma vai ser financiada pelas pesquisadoras.

**Objetivo da Pesquisa:**

**Objetivo Primário:**

Analisar o nível de Estresse em Árbitros de Vôlei do Distrito Federal.

**Objetivo Secundário:**

- Aplicar o Questionário TEPA (Teste de Estresse para Árbitros dos Jogos Esportivos Coletivos com contato);- Analisar o nível de estresse em árbitros;- Identificar condições e fatores que podem causar reações de estresse.

**Endereço:** SEPN 70/907 - Bloco 6, sala 6.110, 1º andar

**Bairro:** Setor Universitário

**CEP:** 70.790-075

**UF:** DF

**Município:** BRASÍLIA

**Telefone:** (61)3966-1200

**Fax:** (61)3966-1511

**E-mail:** comite.bioetica@uniceub.br



## CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA - UNICEUB



Continuação do Parecer: 792.341

### **Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

A pesquisa é de baixo risco já que os pesquisadores se propõem a manter sigilo sobre os dados individuais e se os dados no seu conjunto forem discutidos com a Federação de Volei podem contribuir para diminuir o estresse entre os participantes da pesquisa.

### **Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

A área de pesquisa é relevante e o o questionário proposto como já é validado pode acrescentar dados importantes à área de pesquisa.

### **Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

Pesquisadoras anexaram a Folha de Rosto assinada pela pesquisadora responsável e pela instituição proponente e a carta de aceite da Federação de Vôlei do DF.

No cronograma consta que a coleta de dados vai ser iniciada em setembro de 2014, o CEP relembra que a pesquisa só pode ser iniciada após a aprovação pelo CEP.

O CEP solicitou ajustes no TCLE e as pesquisadoras enviaram ao CEP nova versão do TCLE.

### **Recomendações:**

O CEP-UniCEUB ressalta a necessidade de atenção às diretrizes éticas nacionais quanto aos incisos XI.1 e XI.2 da Resolução nº 466/12 CNS/MS concernentes às responsabilidades do pesquisador no desenvolvimento do projeto. Tal resolução substitui a Resolução CNS n. 196/96.

Observação: Ao final da pesquisa enviar Relatório de Finalização da Pesquisa ao CEP. O envio de relatórios deverá ocorrer pela Plataforma Brasil, por meio de notificação de evento. O modelo do relatório encontra-se disponível na página do UniCEUB

[http://www.uniceub.br/instituicao/pesquisa/ins030\\_pesquisacomitebio.aspx](http://www.uniceub.br/instituicao/pesquisa/ins030_pesquisacomitebio.aspx), em Relatório de Finalização e Acompanhamento de Pesquisa.

### **Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Os pesquisadores atenderam a todas as solicitações do CEP, o qual reafirma que apesar do cronograma informar que a coleta de dados vai ser a partir de 1/09/2014, a mesma só deverá acontecer após a liberação do parecer de aprovado do CEP.

### **Situação do Parecer:**

Aprovado

### **Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

Endereço: SEPN 70/907 - Bloco 6, sala 6.110, 1º andar  
Bairro: Setor Universitário CEP: 70.790-075  
UF: DF Município: BRASILIA  
Telefone: (61)3966-1200 Fax: (61)3966-1511 E-mail: [comite.bioetica@uniceub.br](mailto:comite.bioetica@uniceub.br)

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE  
BRASÍLIA - UNICEUB



Continuação do Parecer: 792.341

**Considerações Finais a critério do CEP:**

Protocolo previamente avaliado por este CEP, com parecer N° 792.130/2014, tendo sido homologado na 15ª Reunião Ordinária do CEP-UnICEUB, em 05 de setembro de 2014.

BRASILIA, 15 de Setembro de 2014

---

**Assinado por:**

**Marilia de Queiroz Dias Jacome**  
(Coordenador)

**Endereço:** SEPN 70/907 - Bloco 6, sala 6.110, 1º andar

**Bairro:** Setor Universitário

**CEP:** 70.790-075

**UF:** DF

**Município:** BRASILIA

**Telefone:** (61)3966-1200

**Fax:** (61)3966-1511

**E-mail:** comite.bioetica@uniceub.br

## ANEXO VI



## CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

## Declaração de aceite do orientador

Eu, Renata Aparecida Elias Dantas, declaro aceitar orientar o(a) aluno(a) Jéssica Caroline da Silva Borges no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Brasília, 30 de agosto de 2014.

ASSINATURA

## ANEXO VII



## CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

## Declaração de Autoria

Eu, Jéssica Caroline da Silva Borges, declaro ser o(a) autor(a) de todo o conteúdo apresentado no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB. Declaro, ainda, não ter plagiado a ideia e/ou os escritos de outro(s) autor(s) sob a pena de ser desligado(a) desta disciplina uma vez que plágio configura-se atitude ilegal na realização deste trabalho.

Brasília, 13 de novembro de 2014.

A handwritten signature in blue ink, consisting of stylized initials and a surname, positioned above a horizontal line.

Orientando

## ANEXO VIII



## FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Venho por meio desta, como orientador do trabalho **ANÁLISE DO NÍVEL DE ESTRESSE EM ÁRBITROS E APONTADORES DE VÔLEI DO DISTRITO FEDERAL**, do aluno(a): Jéssica Caroline da Silva Borges, autorizar sua apresentação no dia 18/11 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,

Orientador

## ANEXO IX

**FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO FINAL DO  
TCC APÓS BANCA DE AVALIAÇÃO**

Venho por meio desta, como orientador do trabalho: **ANÁLISE DO NÍVEL DE ESTRESSE EM ÁRBITROS E APONTADORES DE VÔLEI DO DISTRITO FEDERAL** do aluno(a): Jéssica Caroline da Silva Borges autorizar a entrega da versão final e corrigida após avaliação da banca examinadora.

Sem mais a acrescentar,

Data: 21 de novembro de 2014.

Orientador

## ANEXO X



## ATA DE APROVAÇÃO

De acordo com o Projeto Político Pedagógico do **Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB**, o(a) acadêmico(a) **Jéssica Caroline da Silva Borges** foi aprovado(a) junto à disciplina **Trabalho Final – Apresentação**, com o trabalho intitulado **ANÁLISE DO NÍVEL DE ESTRESSE EM ÁRBITROS E APONTADORES DE VÔLEI DO DISTRITO FEDERAL**.

Prof. Drª. Renata Aparecida Elias Dantas  
Orientador(a)

Prof. Me. Darlan Lopes de Farias  
Membro da Banca

Prof. Msc. Filipe Dinato de Lima  
Membro da Banca

Brasília, DF, 18 de novembro de 2014

## ANEXO XI




Diretoria Acadêmica  
FACS Faculdade de Ciências da Saúde

## AUTORIZAÇÃO

Eu, Jéssica Caroline da Silva Borges, RA 21037402, aluno (a) do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB, autor(a) do artigo do trabalho de conclusão de curso intitulado: ANÁLISE DO NÍVEL DE ESTRESSE EM ÁRBITROS E APONTADORES DO DISTRITO FEDERAL, autorizo expressamente a Biblioteca Reitor João Herculino utilizar sem fins lucrativos e autorizo o professor orientador a publicar e designar o autor principal e os colaboradores em revistas científicas classificadas no Qualis Periódicos – CNPQ.

Brasília, 18 de novembro de 2014.

  
\_\_\_\_\_  
Assinatura do Aluno



## ANEXO XII

Nº	AUTOR E ANO	TÍTULO	DESCRIÇÃO DO ARTIGO
1	(BECKER JÚNIOR, 2000)	Manual de Psicologia do Esporte e Exercício	Abordagem de conceitos e procedimento básicos utilizados na área de avaliação e intervenção em Psicologia do Esporte e do Exercício. É abordada a formação do psicólogo esportivo, áreas de atuação, grupos interdisciplinares e a Ética em Psicologia do Esporte. É analisada a influência da atividade física na área emocional do ser humano. São mostradas intervenções desde a criança até a terceira idade, tanto em transtornos emocionais leves, em pessoas saudáveis, até em pessoas com patologias graves internadas em instituições psiquiátricas. Há uma análise dos papéis do treinador, comissão técnica, grupo esportivo, árbitro e os espectadores.
BECKER JUNIOR, B. <b>Manual de Psicologia do Esporte e Exercício</b> . Porto Alegre: Novaprova, 2000.			
2	(CÁRDENAS; PUMARIEGA, 2012).	A preparação psicológica da arbitragem no esporte de alto rendimento	Muitas teorias, definições e interpretações que aparecem na área da Psicologia do Esporte. Muitos cientistas da área entendem a Psicologia do Esporte como uma subárea da Psicologia Aplicada (Psicologia no Esporte) e outros a entendem como uma disciplina das Ciências do Esporte. A Psicologia do Esporte se ocupa da análise e modificação de processos psíquicos e de ações esportivas. Muitos autores

			partem do princípio de que a ação esportiva representa um comportamento intencional e psiquicamente regulado. Neste sentido, o presente estudo bibliográfico teve como pretensão investigar a preparação psicológica do arbitragem no esporte de alto rendimento.
CÁRDENAS, R. N. PUMARIEGA, Y. N. A preparação psicológica da arbitragem no esporte de alto rendimento. <b>Revista Digital EFDeportes</b> , Buenos Aires, ano 17, n.172, sep. 2012. Disponível em: <a href="http://www.efdeportes.com/efd172/a-preparacao-psicologica-da-arbitragem.htm">http://www.efdeportes.com/efd172/a-preparacao-psicologica-da-arbitragem.htm</a> Acesso em: 11 nov. 2014.			
3	(CBV, 2012)	Regras Oficiais do Voleibol 2013-2016.	A equipe de arbitragem para uma partida é composta dos seguintes componentes: 1º árbitro, 2º árbitro, Apontador, Quatro (dois) juízes-de-linha. Para as Competições Mundiais e Oficiais FIVB, um apontador assistente é obrigatório.
CBV. <i>Regras Oficiais do Voleibol 2013-2016</i> . 2012. Disponível em: <a href="http://www.cbv.com.br/v1/cobrav/arquivos/REGRAS%20DE%20V%C3%94LEI%20INDOOR%202013-2016%20-%20REVISADA.pdf">http://www.cbv.com.br/v1/cobrav/arquivos/REGRAS%20DE%20V%C3%94LEI%20INDOOR%202013-2016%20-%20REVISADA.pdf</a> Acesso em: 11 nov. 2014.			
4	(COBRAV, 2014)	Guia de Arbitragem 2014	As orientações e instruções da arbitragem do Vôlei de Praia 2014 sofreram uma mudança significativa no conceito da edição anterior. Além de orientações e instruções, estão incluídas todas as informações relevantes aos protocolos (ou seja, Protocolo Oficial de Jogo; Protocolo de Ausência e Desistência, Protocolo da Marca da Bola; Protocolo de Lesão Médica; Protocolo de Protesto, e o Protocolo de Comunicação Verbal do Primeiro Árbitro com o Público).
COBRAV. <i>Guia de Arbitragem 2014</i> . 2014. Disponível em:			

<a href="http://www.cbv.com.br/v1/cobrav/arquivos/guia_de_arbitragem2014.pdf">http://www.cbv.com.br/v1/cobrav/arquivos/guia_de_arbitragem2014.pdf</a> Acesso em: 11 nov. 2014.			
5	(COSTA et al, 2010)	Análise Estresse Psíquico em Árbitros de Futebol	<p>O objetivo foi identificar os principais fatores causadores de estresse em árbitros de futebol de campo. Foram avaliados 102 árbitros federados de ambos os sexos do estado de Minas Gerais, para isso, utilizou-se o questionário TEPA. Os resultados indicaram que os itens relativos à dimensão social, como locais com falta de segurança, apresentaram os maiores valores médios. Apesar dos fatores sociais e psicológicos serem destacados como mais estressantes pelos árbitros, deve-se considerar a influência recíproca da tridimensionalidade (social, psicológica e biológica) dos fatores que influenciam o surgimento do estresse nessa população.</p>
COSTA et al. Análise estresse psíquico em árbitros de futebol. Revista Brasileira de <b>Psicologia do Esporte</b> , São Paulo, v.3, n.2, p.02-16, jul./dez. 2010.			
6	(COZAC, 2012)	A psicologia do esporte: uma atualização teórica	<p>A Psicologia do Esporte visa compreender melhor as demandas implicadas nestas atividades e dar uma assistência aos seus praticantes propondo um crescimento global e harmônico de sua personalidade. Objetiva, também, estudar o efeito do exercício sobre a área emocional do indivíduo como daquele portador de patologias. Esta nova disciplina faz parte das ciências do movimento humano e das ciências do esporte.</p>

COZAC, J. R. *A psicologia do esporte: uma atualização teórica*. 2012. Disponível em: <[http://www.ceppe.com.br/index.php?option=com\\_content&view=article&id=44&Itemid=58](http://www.ceppe.com.br/index.php?option=com_content&view=article&id=44&Itemid=58)> Acesso em: 11 nov. 2014.

7	(DE ROSE JUNIOR, 2002)	A competição como fonte de estresse no esporte	A revisão bibliográfica procurou-se mostrar quais as situações relacionadas ao processo competitivo são identificadas pelos atletas como geradoras de estresse. Vários estudos mostram que a competição pode ser uma fonte geradora, independentemente do nível de habilidade do atleta ou do esporte praticado. Foram identificados fatores individuais e fatores situacionais. Entre os primeiros, as situações de estresse mais frequentes estão relacionadas à capacidade física, habilidade técnica, lesões, medo de decepcionar pessoas e falta de repouso. Entre os fatores situacionais, destacam-se as situações relacionadas a aspectos específicos de jogo, técnicos, arbitragem, companheiros de equipe e treinamento inadequado.
DE ROSE JUNIOR, D. A competição como fonte de estresse no esporte. <b>Revista Brasileira de Ciências e Movimento</b> , Brasília, v.10, n.4, p.19-26, out. 2002.			
8	(DE ROSE JUNIOR; PEREIRA; LEMOS, 2002)	Situações específicas de jogo causadoras de "stress" em oficiais de basquetebol.	A arbitragem é, sem dúvida, um dos aspectos mais polêmicos de uma competição esportiva. Citados por atletas e técnicos como os responsáveis por seus insucessos e como fonte de "stress" durante os jogos, os árbitros têm sido pouco estudados e, portanto, pouco se sabe sobre como eles observam e se sentem nesse processo competitivo e quais as situações de jogo

			que lhes causam “stress”. Neste estudo com 20 oficiais do basquetebol brasileiro (10 árbitros e 10 mesários), todos atuando em nível nacional e internacional, procurou-se identificar quais as situações de jogo são causadoras de “stress” para esses oficiais.
DE ROSE JUNIOR, D.; PEREIRA, F. P.; LEMOS, R. F. Situações específicas de jogo causadoras de “stress” em oficiais de basquetebol. <b>Revista Paulista de Educação Física</b> , São Paulo, v.16, n.2, p.160-173, jul./dez. 2002.			
9	(FELICISSIMO et al., 2012)	Respostas neuromusculares dos membros inferiores durante protocolo intermitente de saltos verticais em voleibolistas.	O objetivo deste estudo foi analisar o desempenho e as respostas eletromiográficas dos músculos Reto Femoral, Bíceps Femoral e Gastrocnêmio Medial durante protocolo de saltos verticais. Participaram 13 voleibolistas do sexo feminino ( $15,6 \pm 0,9$ anos). Inicialmente foi realizado um protocolo de potência máxima (três saltos máximos), seguido do protocolo de resistência de saltos (ciclos de três saltos máximos em aproximadamente 10 segundos (s) - um salto a cada três s, com recuperação de 15 s).
FELICISSIMO et al. Respostas neuromusculares dos membros inferiores durante protocolo intermitente de saltos verticais em voleibolistas. <b>Revista Motriz</b> , Rio Claro, v.18, n.1, p.153-164, jan./mar. 2012.			
10	(FERREIRA et al., 2009)	Análise do estresse em árbitros de futsal.	No contexto do futsal a atuação dos profissionais da arbitragem passou a ter uma importância muito significativa nas partidas. Uma vez que em função da velocidade do jogo, esses profissionais têm a responsabilidade de aplicar as regras sob condições de pressão de tempo severas. As funções exercidas pelo

			<p>árbitro de futsal são complexas, pois exigem habilidades psicológicas como atenção, concentração, tomada de decisão e controle do estresse. Assim, o objetivo do presente estudo foi avaliar as situações causadoras de estresse em árbitros federados da modalidade futsal.</p>
<p>FERREIRA et al. Análise do estresse em árbitros de futsal. <b>Coleção Pesquisa em Educação Física</b>, v.8, n.1, p.43-48, fev./mar. 2009.</p>			
11	(GABARDO, 2008)	<p>Fatores de estresse em equipe da arbitragem da federação paranaense de basketball</p>	<p>Participaram do referente estudo vinte (20) oficiais da equipe de arbitragem da Federação Paranaense de Basketball, sendo dez (10) oficiais de quadra e dez (10) oficiais de mesa, das categorias nacional e regional "A", de uma relação disponível no site da entidade com cinquenta e quatro (54) oficiais, totalizando uma amostra de 37%.</p>
<p>GABARDO, A. L. Fatores de estresse em equipe da arbitragem da federação paranaense de basketball. <b>Revista Eletrônica de Educação Física</b>, 2008. Disponível em: &lt;<a href="http://www.uniandrade.br/pdf/edfisica/2008/andre_luiz_gabardo.pdf">http://www.uniandrade.br/pdf/edfisica/2008/andre_luiz_gabardo.pdf</a>&gt; Acesso em: 12 nov. 2014.</p>			
12	(GUTIÉRREZ; VOSER, 2012)	<p>A carreira do árbitro de futebol: perspectivas atuais e a profissionalização</p>	<p>Este estudo teve por objetivo descrever as perspectivas atuais e a profissionalização do árbitro de futebol do Rio Grande do Sul na visão dos árbitros, que ingressaram na Federação Gaúcha de Futebol (FGF) no ano de 2010, da cidade de Pelotas. Foram entrevistados cinco dos seis árbitros filiados à FGF. As entrevistas foram realizadas no período de 10 a 17 de maio de 2012. Estas foram transcritas e retornadas aos entrevistados</p>

			para suas validações e aprovações. Após uma análise de conteúdos, concluiu-se que: em todos os casos a primeira experiência como árbitro em geral foi considerada tranquila.
GUTIÉRREZ, P. J.; VOSER, R. da C. A carreira do árbitro de futebol: perspectivas atuais e a profissionalização. <b>Revista Digital EFDeportes</b> , Buenos Aires, ano. 17, n.113, oct. 2012. Disponível em: <a href="http://www.efdeportes.com/efd173/a-carreira-de-arbitro-de-futebol-e-profissionalizacao.htm">http://www.efdeportes.com/efd173/a-carreira-de-arbitro-de-futebol-e-profissionalizacao.htm</a> Acesso em: 11 nov. 2014.			
13	(LANE et al., 2006)	Soccer referee decision-making: "shall I blow the whistle?"	As evidências apontam para a existência de um efeito de vantagem em casa no futebol com os árbitros que dão mais decisões para o time da casa sendo uma explicação plausível para esse efeito. O objetivo do presente estudo foi a utilização de métodos qualitativos para explorar os fatores que influenciam árbitros experientes na tomada de decisões. Cinco árbitros experientes ofereceu-se para participar de entrevistas semi-estruturadas de 30-40 minutos de duração. Exemplos de perguntas / sondas incluído "Há momentos em que é difícil tomar uma decisão sobre se havia uma falta ou não? Quando? Por quê? "E" Você se preocupa com tomar a decisão errada / impopular? O que afeta é que isto tem em você? "Análise de conteúdo foram identificados 13 temas inter-relacionados que descrevem quatro temas de ordem superior.
LANE et al. Soccer referee decision-making: "shall I blow the whistle?". <b>Journal of Sports Science and Medicine</b> , v.5, n.2, p.243-253, 2006.			

14	(SAMULSKI, 2002)	Psicologia do Esporte	No cenário esportivo é necessário analisar a melhoria do desempenho esportivo dos dirigentes, promoção da saúde, benefício da qualidade de vida de atletas, técnicos e os demais profissionais do esporte pontuando as teorias básicas da Psicologia, avaliação das características psicológicas e técnicas de treinamento psicológico.
SAMULSKI, D. M. <b>Psicologia do Esporte</b> . 1ed. Barueri: Manole, 2002.			
15	(SAMULSKI; NOCE; CHAGAS, 2009)	Estresse	O estresse no ambiente esportivo se explica-se devido ao potencial conflito de interesses entre dois polos: um que a arbitragem viu e decidiu em função do seu ângulo de observação e o outro que envolve os interessados (atletas, comissão técnica, dirigentes e torcedores) que conseguiram visualizar em seus respectivos locais de observação.
SAMULSKI, D. M.; NOCE, F.; CHAGAS, M. H. Estresse. In: SAMULSKI, D. M. <b>Psicologia do Esporte: conceitos e novas perspectivas</b> . 2ed. São Paulo: Manole, 2009. p.231-264.			
16	(SAMULSKI; SILVA, 2009)	Psicologia aplicada à arbitragem	As respostas ao nível cognitivo do árbitro podem ser fator decisivo para desenvolver a melhora na sua atuação e o processo de formação de novos árbitros de Voleibol e Vôlei de Praia, onde propiciará reações mais rápidas e precisas, sem sofrer pressões que presenciam antes, durante e depois do jogo.
SAMULSKI, D. M.; SILVA, S. A. Psicologia aplicada à arbitragem. In: SAMULSKI, D. M. <b>Psicologia do esporte: conceitos e novas perspectivas</b> . 2ed. São Paulo: Manole, 2009. p.461-486.			



17	(SILVA; RECH, 2008)	Somatótipo e composição corporal de árbitros e árbitros assistentes da CBF	<p>O objetivo do presente estudo foi determinar e comparar o somatotipo e a composição corporal de árbitros e árbitros assistentes de futebol do Estado do Paraná, Brasil, que atuam junto à Confederação Brasileira de Futebol (CBF). Participaram do estudo 25 árbitros, sendo 12 árbitros principais (AP) e 13 árbitros assistentes (AA) ambos do sexo masculino. As variáveis de massa corporal, estatura, espessura de dobras cutâneas, perímetros corporais e diâmetros ósseos foram coletados com a finalidade de estimar a composição corporal e determinar o somatotipo dos árbitros. Os dados são apresentados mediante estatística descritiva, a comparação entre os grupos de AP e AA foi realizada por meio do teste "t" de student para amostras independentes. Os AP apresentaram uma idade média de <math>38,5 \pm 5,1</math> anos, massa corporal de <math>80,9 \pm 7,61</math> kg, estatura <math>179 \pm 3,3</math> cm e um percentual de gordura médio de <math>20,81 \pm 3,29</math> %.</p>
<p>SILVA, A. I.; RECH, C. R. Somatótipo e composição corporal de árbitros e árbitros assistentes da CBF. <b>Revista Brasileira de Cineantropometria e Desenvolvimento Humano</b>, Florianópolis, v.10, n.2, p.143-148, jul./out. 2008.</p>			

18	(SILVA et al., 2010)	Análise do estresse psíquico em árbitros de voleibol e basquetebol federados de Minas Gerais	No cenário esportivo atual, os árbitros deixaram de ser figuras secundárias e passaram a ter uma grande importância para melhor andamento das partidas. Suas funções são de grande complexidade, que exigem habilidades psicológicas como atenção, concentração tomada de decisão e controle do estresse. O objetivo deste estudo foi avaliar as situações desencadeadoras do estresse em árbitros das modalidades basquetebol e voleibol. Participaram deste estudo 46 árbitros, com média de idade de $36,66 \pm 10,90$ anos e com tempo de experiência de $10,45 \pm 9,25$ anos. O instrumento utilizado para a coleta dos dados foi o TEPA "Teste de Estresse para Árbitros dos Jogos Esportivos Coletivos". A análise de dados foi composta por Estatística Descritiva (média, desvio padrão e distribuição de frequência) e inferencial (Teste Wilcoxon).
SILVA, et al. Análise do estresse psíquico em árbitros de voleibol e basquetebol federados de minas gerais. <b>Coleção Pesquisa em Educação Física</b> , v.9, n.2, p.53-58 2010.			
19	(SILVA, 2004)	Construção e validação de um instrumento para medir o nível de estresse dos árbitros dos jogos esportivos coletivos	Os determinantes subjetivos e objetivos de uma situação juntamente com os processos cognitivos da percepção configuram a ação dos árbitros dos jogos esportivos coletivos. A tarefa de arbitrar consiste basicamente em tomar decisões em situações onde o estresse sempre está presente. A

			pressão das torcidas, a cobrança dos jogadores e a diferença da avaliação subjetiva de uma situação munida dos interesses e emoções da situação são fatores que contribuem para a difícil função dos árbitros. O estresse percebido situacionalmente pelos árbitros das diferentes modalidades que compõem os jogos esportivos coletivos é o construto deste estudo.
SILVA, S. A. <b>Construção e validação de um instrumento para medir o nível de estresse dos árbitros dos jogos esportivos coletivos.</b> 2004. Tese (Mestrado em Educação Física) – Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2004.			
20	(VIEIRA et al., 2010)	Psicologia do Esporte: uma área emergente da psicologia	O artigo trata da Psicologia do Esporte, um campo de atuação emergente do psicólogo no Brasil. Faz uma análise sobre o percurso histórico da Psicologia Esportiva apresentando os campos de atuação profissional (pesquisa, ensino e intervenção), o papel do psicólogo esportivo (pesquisador, professor e consultor) e o estado científico atual dessa especialidade psicológica.
VIEIRA et al. Psicologia do esporte: uma área emergente da psicologia. <b>Psicologia em Estudo</b> , Maringá, v.15, n.2, p.391-399, abr./jun. 2010.			